



教文13丁目笑劇一座1期生

まつうらきょうこ  
松浦京子さん



▲旗揚げ公演では事務員役として出演



▲練習風景



▲上田市長も出演



▲稽古の打ち合わせをする松浦さん

「もともと人を笑わせるのが好きで、これだ!と思って入団して、あっという間に1年がたちました。」  
前田在住の松浦さんは、昨年5月に教育文化会館が市民喜劇団「教文13丁目笑劇一座」の団員を募集しているのを知って第1期生となり、週に1回稽古に通っています。最初は基本的な発声練習など、学芸会のレベルから始めましたが、放送作家の指導や大阪からプロの芸人を招いて演技指導を受けるという機会にも恵まれて練習を重ねています。

「私は天性の笑わせ役で、笑劇での苦労などないように思われますが、日常の会話で人を笑わせることと、舞台の上で観客を笑わせることの違いを身をもって学びました」と話し、常にスキルアップを目指しています。「プロの指導を生かして演じてみると、観客が泣いたり笑ったりさまざまな表情を見せてくれて達成感を感じることができました。とてもうれしかったです。」

今年3月に、教育文化会館で上田札幌市長も役場職員として友情出演した、教文13丁目笑劇一座の旗揚げ公演「離島の赤髭先生」が行われました。松浦さんの友人も多数かけつけて会場は大きな笑いにつつまれました。次回は9月13日(日)に公演を控えており、練習に励んでいます。最近では笑劇一座の評判が広がり、老人ホームやスーパーのイベントに招かれてコントなども披露しています。

「お客さんの笑い顔を見るのが楽しくてたまりません。今後もたくさんの人を笑わせます」と笑顔で語りました。

編集 手稲区役所総務企画課広聴係

ホームページ「ていねっていいね」<http://www.city.sapporo.jp/teine/>  
〒006-8612 札幌市手稲区前田1条11丁目  
☎681-2400内線224 FAX681-6639

# ♪子育てを楽しもう♪



## 親子でおでかけ…楽しいな♪

今月は、日ごろから乳幼児の子育てに奮闘しているお母さんたちのために、親子で楽しめる場所や情報を紹介します。  
また、お母さんたちのくつろぎの場も紹介しています。  
皆さん、お友達を誘って **きてみて!**…ね♪

## 子育て情報室「きてみてルーム」



▲「きてみてルーム」の様子

★、  
∴  
∴  
∴  
☆  
∴  
∴  
★

手作りおもちゃや絵本が  
充実してお勧めです♪  
あかねは、手作りおもちゃ  
で遊ぶのが大好きです！



▲たくさんのおもちゃや絵本があるね



あかざわ めぐみ あかね  
▲赤澤 恵さん・茜音ちゃん

区民センター1階にある「きてみてルーム」では、子育てに関する情報の提供や相談、書籍の貸し出しなどを行っています。親子でゆっくりと絵本選びをしたり、ボランティアのみなさんの活動の場としても利用されています。

**しんせつ・ていねい** を心がけていますので、お気軽にお立ち寄りください。

★、  
∴  
∴  
∴  
☆  
∴  
∴  
★

★、  
∴  
∴  
∴  
☆  
∴  
∴  
★

## ママもリフレッシュ「子育て講座」

子育てのことだけでなく自由におしゃべりする【ママたちのおしゃべりタイム】、講師を招いて行う【テーマ別講座（絵本、食育など）】を実施しています。

受講中は子育てボランティアの方々がお子さんをお預かりしますので、安心して受講することができます。

《実施については、今後の広報さっぽろ手稲区版でお知らせします》



▲ママたちのおしゃべりタイム  
(次回は2月に開催予定)

★、  
∴  
∴  
∴  
☆  
∴  
∴  
★



▲子育てボランティア  
の方々と遊ぶ子どもたち

いつもお子さんに元気をもらっています。  
お子さんと一緒に楽しく遊びながら待つ  
ていますので、お母さんも安心して、子  
育て講座に参加してくださいね♪



▲《子育てボランティア》  
しょうづ かつと  
正津 勝代さん  
わたなべ みくえ  
渡辺 福江さん



# ☆ 楽しいふれあいの場「子育てサロン」 ☆



▲サロンで遊ぶ親子

地域の会館や小学校、児童会館などを会場に、子育て中の親子と地域の方たちが集い、自由に交流できる場です。サロン開催日の時間内なら、都合のいい時間帯で利用することができます。

いつもチョッピリがまんしているお兄ちゃん・お姉ちゃんとの時間を楽しんであげてください。その間、赤ちゃんは私たちボランティアにお任せを♪



▲お母さんと一緒にお買い物



▲何で遊ぼうかな？



▲《子育てボランティア》  
木内 ゆき子さん

一緒に活動してくれる方も大歓迎です！一緒に楽しみましょう！

## ママたちの声



▲写真左から、庄司さん親子、相馬さん親子、佐藤さん親子

- ◎同じ年頃の子どもを持つお母さんたちと知り合い、子育ての悩みを相談できました。
- ◎うちの場合はこうだよ、こうしてみたら、などのアドバイスを受けました。
- ◎少し年上の子どもを持つお母さんの体験談は参考になりますね。
- ◎子どもたちも一人で遊ぶより、さまざまな年齢の子どもたちと遊ぶことで、社会性が育つよね。
- ◎お友達とおもちゃの貸し借りもできるようになったんだなあ～♪

# 子どもたちの楽しい遊び☆



ふれあいあそびや歌あそびなど、親子で一緒に楽しめる、体験型のゆかいな音楽会です。



▲区民センターで行われたミックスジュースユニットの公演

## 手稲わいわいひろば

公園や小学校などを会場に、たくさんの人とふれあい、楽しく遊ぶことができるお祭りを開催します。

地域の方や学生ボランティアが、企画・運営に携わり、わいわいひろばを盛り上げてくれます！《実施については、今後の広報さっぽろ手稲区版でお知らせします》

次回は10月と2月に予定しています♪



▲ボランティアの方々と遊ぶ子どもたち



このページのお問い合わせは・・・健康・子ども課子育て支援係 ☎681-2400（内線551）

# ていね お知らせ

8月11日から9月10日までの区内の情報です

人口 139,072人 (+80)  
世帯数 56,022世帯(+105)  
( )内は前月比  
7月1日現在

## がけ地防災パネル展

9月1日は「防災の日」です。札幌市では、市民の方へ、日ごろの防災意識を高めてもらうために、「がけ地防災パネル展」を開催します。

**日時** 9月8日(火)～10日(木)  
**場所** JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)。

☎(21)2512  
**〔詳細〕** 都市局宅地課

## 北方領土写真パネル展

8月は「北方領土返還要求運動強調月間」です。北方領土に関するパネル展を開催します。

**日時** 8月10日(月)正午～14時  
(金)午後4時。

**場所** 区民センター1階ロビー  
(前田1条11丁目)。  
**〔詳細〕** 総務局総務課  
☎(21)2162

## 手稲区区制20周年記念

### 手稲区長杯パークゴルフ大会

**種目** 男女別個人戦・27ホールストロークプレイ。  
**日時** 9月23日(祝)午前8時30分～午後1時(受付は午前8時から)。  
**場所** 前田森林公園パークゴルフ場(手稲前田50番地4)。  
**対象** 区内在住の18歳以上の方。

**定員** 男女各50人(先着順)。  
**費用** 700円(プレー代込み・つり銭のないようにお願いします)。  
**申込** ①パークゴルフ協会に所属している団体は、パークゴルフ協会に申し込み。②一般参加者は、8月31日(月)までに参加料を添えて、区役所3階地域振興課地域活動担当まで申し込み。

**〔申込先・詳細〕** 地域振興課地域活動担当  
☎(681)2400内線255



## 手稲「ミニコミュニティセンター」から

### ◆知って得する介護の知識

介護に関する保険・用品の知識や事例を学び、昼食は福祉の宅配弁当を試食します。  
**日時** 8月20日(木)午前10時～午後2時30分。  
**場所** 同センター2階第1・2会議室。

**対象** 区内在住の18歳以上の方。  
**定員** 先着25人。  
**費用** 500円(昼食付き)。  
**申込** 8月11日(火)午前10時から電話か窓口で申し込み。費用は8月18日(火)までに窓口で納入。

**◆争族防止のための相続対策講習**  
相続に関する基本知識と遺言など、円滑な相続のための事前対策を学びます。  
**日時** 9月3日(木)午前10時～正午。  
**場所** 同センター2階第1・2会議室。

**対象** 区内在住の18歳以上の方。  
**定員** 先着30人。  
**費用** 500円。  
※納入後は返還できません。  
**申込** 8月25日(火)午前10時から電話か窓口で申し込み。費用は9月1日(火)までに窓口で

## 平成21年度手稲区防災訓練

地震による災害発生等を想定した訓練を行います。防災訓練の見学は可能ですので、ご希望の方は、当日直接会場へお越しください。

**日時** 9月3日(木)午前9時30分～11時30分  
**場所** てっぽく・ひろば(前田2条12丁目)  
札幌市立鉄北小学校体育館(前田2条12丁目)  
**訓練内容** 初期消火訓練、救出救助訓練  
避難場所生活体験訓練 など



＜＜詳細＞＞ 総務企画課地域安全担当  
☎681-2400(内線288・289)

### ◆男性の家庭料理講座

料理内容は申込時にご案内します。

**日時** ①9月14日(月)、②10月5日(月)、③11月16日(月)の午前10時～正午。  
**対象** 区内在住の18歳以上の男性の方。

**定員** 各回先着16人。  
**費用** 各回千300円(材料費込み)。

**申込** 9月7日(月)午前10時から窓口で申し込み(電話不可)。  
**〔申込先・詳細〕** 手稲コミュニティセンター(手稲本町3条1丁目) ☎(681)2133



## 第13回 手稲ふれあいフェスティバル

手稲区内の保健・福祉・医療団体が連携し、誰もが安心できる地域社会作りに寄与することを目的とした、手稲ふれあいフェスティバルを開催します。費用は無料です。お気軽にご参加ください。

	健康相談・展示会	講演会	施設見学会
日時	9月12日(土) 午前10時～午後4時	9月12日(土) 午後2時～3時30分	9月11日(金)、12日(土)
場所	J R手稲駅自由通路 「あいくる」 (手稲本町1条4丁目)	区民センター2階区民ホール (前田1条11丁目)	区内福祉施設を17コースに分けて見学。見学時間は1コース2～3時間程度。 ※8月28日(金)までに電話で申し込み
内容	保健・福祉・医療相談、お薬相談、福祉機器展示、血圧・体脂肪測定等	「今からできる老後の備え」 講師：高川絵里氏、千貝愛氏 (リーガルサポート・司法書士)	

《申込先・詳細》 手稲区地域包括支援センター ☎695-8000

## 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

講習名	定員	回数	曜日	期間	時間	受講料 (65歳以上)
背骨・骨盤健康体操	18	10	木	9月24日 ～11月26日	午前9時～10時	6,400円 (5,100円)
					午前10時15分 ～11時15分	
ヨガストレッチ	18	10	木	9月24日 ～11月26日	午後7時～ 8時30分	6,400円 (5,100円)
ゴルフ・基礎	26	8	土	9月5日 ～10月24日	午前9時 ～10時30分	7,200円 (5,800円)
ゴルフ・形成					午前10時50分 ～午後0時20分	

対象 16歳以上。

申込 8月12日(水)～18日(火)午前10時～午後8時に電話か窓口で申し込み。

抽選 定員を超えた場合は、8月20日(木)午後3時から同体育館1階多目的室で抽選を行います(電話での問い合わせは午後4時以降)。

受講料納入 8月20日(木)～27日(木)までに同体育館に来館し納入。

※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。高校生は生徒手帳を65歳以上の方は年齢を証明できるものをお持ちください。定員に満たない場合には、中止することがあります。

※「受講可能」の権利を他人に(家族でも)譲渡することはできません。

《お知らせ》

8月10日(月・休館日)～16日(日)の間、工事のためトレーニング室及び格技室のみの一般開放となりますので、ご了承ください。

## 区民センターから

前田1条11丁目 ☎681-5121

区分	講座名	月日	時間	申込	費用	
①	手稲区民ダンスの集い	8月21日(金)	午後1時30分 ～3時30分	当日、 直接会場へ。	300円	
②	区民センター 共催事業 北海道工業大学 市民公開講座	少し先のために ～正しい杖、 車いすの選び方	9月11日(金)	午後1時30分 ～3時	9月8日(火)まで に電話か窓口で 申し込み (午前9時～ 午後7時)。	無料
		日韓文化の架橋 ～柳宗悦の仕事	9月18日(金)	午後1時30分 ～3時		

場所 ①同センター2階区民ホール、②同センター3階視聴覚室。

対象 ②区内在住か、お勤めの15歳以上の方(中・高生は除く)。

定員 ②先着各35人。 持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ。

## 子育て支援係から

### ◆子育て講座

テーマ 野菜大好き！～野菜好きの子どもに育てるヒント～  
講師 吉川雅子氏(野菜ソムリエ)。

日時 9月16日(水)午前10時～11時30分。  
場所 区民センター3階視聴覚室

覚室(前田1条11丁目)。  
対象 就学前のお子さんがいる保護者。  
※希望者には託児を行います。定員 先着20人。  
費用 無料。

申込 8月26日(水)午前9時から電話で申し込み。  
《申込先・詳細》 健康・子ども課

子育て支援係  
☎(681)2400内線551

## 手稲老人福祉センター

### ◆野菜の効用とお通じによい体操

講師 井上真規子氏(株カゴメ北海道支店管理栄養士)。  
日時 9月15日(火)午前10時～正午。  
場所 同センター1階大広間。  
費用 無料。

《申込先・詳細》 手稲老人福祉センター(曙2条1丁目)  
☎(684)3131

申込 9月1日(火)～12日(土)に、電話か窓口で申し込み。  
◆サークルの見学会を開催します  
8月5日(水)～27日(木)に行われるセンターのサークル活動を見学しませんか? 詳細は電話でお問い合わせください。

《申込先・詳細》 手稲老人福祉センター(曙2条1丁目)  
☎(684)3131

## 国保からのお知らせ

### ◆忘れていませんか

平成21年度国民健康保険料の第2期納付期限が過ぎていきます。お忘れの方はお早めに納付してください。

また、病気や失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。

**夜間相談日** 8月25日(火)、27日(木)の午後8時まで。

**場所** 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

### ◆口座振替のご利用を

保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。お申し込みは、預金口座のある金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。

**【詳細】** 保険年金課収納係  
☎(81)2400内線394・395

## 保健センターから

### ◆医療講演会「ひざ、腰の痛みについて」

痛みの原因、予防、日常生活での対処法について学んでみませんか。

**講師** 小原由史氏(手稲前田整形外科病院医師)。

**日時** 8月25日(火)午後2時～3時30分。

**場所** 鉄北コミュニケーションプラザ(旧曙第二会館・曙7条3丁目)。

3丁目)。

**対象** 区内在住の方。

**申込** 当日、直接会場へお越しください。

**【詳細】** 保健センター(前田1条11丁目) ☎(81)1211

### 修繕・リフォームを安心して頼むためのセミナー

家屋の修繕・建て替え・リフォームなどを安心して頼める仕組みを説明します。

**日時** 8月30日(日)午後1時30分～4時30分。

**場所** 生涯学習総合センター(ちえりあ)2階大研修室(西区宮の沢1条1丁目)。

**対象・定員** 北区、西区、手稲区在住の方80人(申し込み多数時は抽選)。

**費用** 無料。

**申込** 8月23日(日)までに電話で申し込み。

**【申込先・詳細】** 市コールセンター ☎(22)4894

### 新発寒地区センターから

### ◆親睦バドミントン大会

**内容** ダブルス個人得点形式戦。

**日時** 9月5日(土)午前9時～午後4時。

**場所** 同センター体育室。

**対象** 区内在住の方。  
**定員** 先着20人。  
**費用** 900円。

**申込** 8月25日(火)午前9時から窓口で申し込み。  
**【申込先・詳細】** 新発寒地区センター(新発寒5条4丁目) ☎(84)5571

## 星置地区センターから

### ◆わくわく科学教室

**内容** 液体空気で遊ぶぼう！

**日時** 9月12日(土)午後1時～4時30分。

**場所** 同センター2階集会室。

**対象** 小学1～6年生。

**定員** 先着20人。  
**持ち物** 筆記用具。  
**費用** 500円。

**申込** 9月1日(火)の午前9時から電話か窓口で申し込み。

### ◆パソコン講座

区分	エクセル初級・午後	エクセル初級・夜間
月日	9月7日(月)～11日(金)	
時間	午後2時～4時	午後6時～8時
対象	区内在住の15歳以上の方(学生は除く)簡単な文字入力ができる方	
会場	同センター2階研修室	
定員	先着18人	先着18人
持ち物	筆記用具	筆記用具
費用	受講料4,500円(教材費込み)※開講日納入	
申込	8月27日(休)午前9時から電話で申し込み	

## ちあふる・ていねから

手稲区保育・子育て支援センター  
手稲本町3条2丁目 ☎681-3162

### ◆子育て講座◆

区分	講座名	日時	定員
①	ちょっとこわい 携帯電話の落とし穴	9月7日(月) 午後1時30分～2時	先着10人
②	絵本っていいね	9月29日(火) 午前10時～11時	先着20人

**場所** 同センター。  
**対象** 就学前のお子さんを持つ保護者。

**費用** 無料。

**申込** 8月17日(月)から電話か窓口で申し込み。

**受付時間** 午前9時～午後5時(日曜・祝日除く)。

※②は先着20人まで託児が可能です。

### イブニングピアノ連弾ミニコンサート!

ピアノ連弾「デュオ」によるコンサートを、ちあふる・ていねの園児やサロンの親子と一緒に楽しみませんか?

**日時** 8月27日(木)午後4時～4時30分。

**場所** 同センター2階ホール。

## 曙図書館から

### ◆楽しいお話し

8月15日(土)、22日(土)、9月5日(土)の午後2時30分～3時。

**◆子ども映画会**  
8月15日(土)、9月5日(土)の

### ◆無料体験会を開催します

センターのサークル活動を体験してみませんか?詳細は電話でお問い合わせください。

**【申込先・詳細】** 星置地区センター(星置2条3丁目) ☎(695)3220

午後3時5分から30分程度。  
※8月12日(水)、9月9日(水)は施設点検日のため、8月26日(水)は図書整理日のため休館になります。  
**【詳細】** 曙図書館(曙2条1丁目) ☎(685)4946



## 手稲区区制20周年記念事業 平成21年度 健康っていいわフェア

保健センター 前田1条11丁目 ☎681-1211

こどもからお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんまでみんなで楽しく、健康づくり！

**日時** 8月29日(土)午前10時～午後3時  
**会場** 区民センター、保健センター

### ■ファミリーコンサート「イキイキわくわく音楽会」 (公演：パフ・ファミリー)

**時間** 午前11時30分～午後0時30分  
※当日、整理券を午前10時から配布

### ■手稲区区制20周年記念ウオーキング

**コース** 軽川・中の川緑地・稲積公園 (約5キロ)  
**時間** 午前9時開始 (90分程度を予定)  
**定員** 先着100人  
**申込** 8月11日(火)から電話(☎681-1211)で申し込み  
※雨天中止。歩きやすい服装・靴でご参加ください

### ■ノルディックウオーキング体験

**時間** 午後1時と2時の2回実施  
**定員** 各先着40人  
**申込** 8月11日(火)から電話(☎681-1211)で申し込み  
※雨天実施

### ■健康度チェック

・体組成測定、血行度測定

### ■食育情報コーナー

・食育パネル展、オススメレシピ紹介 (試食有り)

### ■母と子のキッズコーナー

・自由遊びコーナー  
・ハンドマッサージ (当日、整理券を午前10時から配布)

### ■健康相談 ■歯科相談・お口の健康チェック

### ■食の安全展 ■ガン予防展 ほか

### 8月は野菜摂取強化月間です

札幌市では『健康さっぽろ21』推進の一環として、8月を野菜摂取強化月間と定め市民啓発を行っています。

#### <「やさい食べチャオ！」パネル展>

**内容** パネルの展示、野菜レシピの配布等  
**期間** 8月1日(土)～7日(金)  
**場所** JR手稲駅自由通路「あいくる」  
(手稲本町1条4丁目)

手稲区は今年ではたち  
**手稲区区制  
20周年記念事業**  
20th Anniversary

はぐくんでいこう  
“ていね”らしさ

たのしく広げよう  
“ていね”の輪

ちいさな思いやり  
未来の“ていね”へ

ご協力ありがとうございます！



手稲区災害防止協力会  
からの寄付受理の様子



手稲区区制20周年記念事業においては、地域や町内会の皆さん、各種団体・企業などから、たくさんの寄附金・協賛金が寄せられています。

他にも、モザイク画制作に伴うペットボトルのふたの回収にあたっては、既に5万個以上のご協力があり、キャラクターの募集・検討においても、非常に多くのご意見をいただきました。これらの事業へのご協力、誠にありがとうございます。

今後も事業の実施にあたっては、多くの皆さんからアイデアをいただき、創意工夫をしながら準備を進めていきたいと考えています。

これからも「やっぱりていねっていいね」と思ってもらえるよう、区民の皆さんと共に歩んでいきたいと考えていますので、よろしくお願ひします。

詳細 手稲区区制20周年記念事業実行委員会事務局：総務企画課庶務係 ☎681-2400 (内線213)

広告

# 地域のお祭り

開催日	開始時刻	お祭り名	会場	住所	主催
8月14日(金) 15日(土)	午後6時30分	納涼盆踊り大会 15日午後1時30分からは子ども夏まつり	野球グラウンド	星置2-7	星置連合町内会
8月14日(金) 15日(土)	14日午後6時30分 15日午後6時	稲山連合町内会 盆踊り大会	前田ライラック公園	前田8-18	稲山連合町内会
8月15日(土) 16日(日)	午後5時	ふるさと軽川 盆踊りまつり	手稲パンダ公園	手稲本町2-2	手稲ふるさと軽川塾 手稲中央連合町内会
9月6日(日)	午前10時	手稲山口運河まつり	山口運河河畔・星置中学校	星置3-5	手稲山口運河まつり 実行委員会
9月6日(日)	午前10時	納涼子ども会まつり	手稲コミュニティセンター	手稲本町3-1	手稲地区 子ども会育成連絡協議会
9月21日(祝)	午前10時	がる川どじょうまつり	二十四軒手稲通	手稲本町2-3	手稲ふるさと軽川塾 手稲本町商店街振興組合

## 石狩まるごとフェスタ2009

**日時** 8月22日(土)午前10時～午後9時、23日(日)午前10時～午後3時  
**会場** 石狩市役所前特設会場(石狩市花川北7条1丁目)ほか  
**<詳細>** いしかり産業まつり実行委員会事務局(石狩商工会議所)  
 ☎0133-72-2111 HP <http://i-lighthouse.jp/>

ちょっと足を  
伸ばして



# ウォッチング・ていね

## 手稲山ウォーキング (7/5)

うす曇りの天気でしたが、4歳から80代までの幅広い世代の人たちが参加し、元気に登りました。



## 手稲区誕生20周年\*PMF第20回開催記念PMFAOカルテット演奏会 (7/10)

PMFアカデミー修了生により結成されたPMFAO (PMFアニバーサリーオーケストラ) のメンバーによるすばらしい演奏に、訪れた観客は魅了されていました。



祭  
祭  
祭

※区内のお祭りすべてを網羅したものではありません(単位町内会主催のお祭り等はスペースの都合により掲載しておりません)。また、開始時刻など掲載内容は変更になる場合があります。